

Tennisarmbåge (musarm eller lateral epikondylit).

Ett vanligt smärttillstånd i armbågen som beror på en inflammation i ett muskelfäste i armbågen.

Ses bland annat hos personer med tung repetitiv belastning på handens och underarmens muskulatur. Besvären brukar vara långvariga men som i de flesta fall läker efter 8-10 månader.

Behandling

Icke Kirurgisk

Anpassning av arbetsmiljön.

Sjukgymnastik.

ACP(trombocyt) behandling.

Kortisonsprutor kan i en del fall fungera bra.

Operation

I vissa sällsynta långdragna fall kan dock operation (Hohmanns operation) bli aktuell.

Operationen görs oftast i lokalbedövning. Det görs ett snitt i huden på cirka 5-10 centimeter vid armbågen över senfästet. Därefter löser man av en del av muskelfästet och skrapar rent inflammatorisk vävnad ner mot benet. Slutligen sys huden och ett förband läggs på huden. Det lönar sig oftast inte att operera ytterligare en gång om man inte blir helt bra vid första gången.

Eventuella risker/komplikaioner

1- Infektion i efterförloppet.

2- En mycket liten risk för nervpåverkan (övergående eller permanent).

Inför operation

1- Avsluta antiinflammatoriska läkemedel som t ex Arcoxia, Voltaren (Diklofenak), Ibumetin, Pronaxen, Iprex, Orudis 1 vecka innan operationen för att minska risken för ökad blödning i samband med och efter operation.

2- Behandlas du med blodförtunnande medel t ex Waran, Plavix, hög dos Trombyl mm skall dessa sättas ut i samråd med din ordinarie läkare.

3- Duscha med Descutansvamp som köps på Apoteket.

Hela kroppen skall duschas. Tvätta runt operationsområdet extra noga.

Duschning med Descutansvamp görs vid 3 tillfällen innan operationen. 2 duschar görs dagen före operationen. Vid ett av tillfällena ska även håret tvättas med svampen.

Rena kläder används efter varje dusch. Rent bäddad säng när du sover natten före operation.

Operationsmorgonen duschar du ytterligare en gång (tredje gången). Tvätta hela kroppen med Descutansvampen.

Efter operation

1- Du får inte köra bil hem efter operationen.

2- Man kan ha ont första dagarna efter operationen. Du får recept på värktabletter.

3- Stygnen och sårkontroll görs på vår mottagning efter två veckor. Skydda såret från fukt och vatten.

4- Sjukgymnast remiss. Viktigt att träna armbågen för att undvika stelhet. Man skall undvika att utsätta underarmen och handleden för större påfrestning och belastning första 6 veckorna efter operationen.

5- Sjukskrivning beror på arbetsuppgifter.

Vi ringer dig några dagar efter operationen för att höra hur du mår.

Har du frågor, funderingar avseende operationen, såret, förbandet så är du välkommen att höra av dig till oss .